

Pizza de Rollo de Carne

Sirve: 6 Porciones

Un toque diferente del rollo de carne (pastel de carne). Debido a la carne de cerdo enlatada que se añade a la mezcla de pimientos verdes, cebollas picadas, salsa de tomate baja en sodio y queso bajo en calorías.

Ingredientes

12 onzas cerdo, escurrido (aproximadamente ½ lata de 24 onzas)

1/2 taza pimiento verde, picado

1/4 cebolla, finamente picada

3/4 taza salsa de tomate enlatada baja en sodio

1/4 taza queso bajo en grasa, rallado

Preparación

1. Precaliente el horno a 350°F.
2. Coloque el cerdo en el fondo de una bandeja para hornear de 9x9-pulgadas o en un molde de pastel de 9 pulgadas.
3. Coloque encima los pimientos verdes, cebollas, salsa de tomate y queso.
4. Caliéntelo en el horno por unos 15 minutos hasta que se derrita el queso.

Notas

Recomendación: El cerdo enlatado esta listo para comerse sin tener que calentarlo, o lo puede incorporar a

Información Nutricional

Nutrientes	Cantidad
Calorías	140
Grasa total	8 g
Grasa saturada	4 g
Colesterol	50 mg
Sodio	160 mg
Total de Carbohidrato	3 g
Fibra dietetica	1 g
Azucares totales	2 g
Azúcares Añadidas incluidas	N/A
Proteínas	14 g
Vitamina D	N/A
Calcio	58 mg
Hierro	1 mg
Potasio	N/A
N/A - Información no está disponible	

su receta favorita ya sea caliente o frío.

Origen: Receta adaptada de SNAP-ED Connection Recipe Finder